



MedReha

# Herz und Kreislauf

MedReha - Ambulante medizinische Rehabilitation



Im ursprünglichen Wortsinn bedeutet **Rehabilitation Wiederherstellung**. Das heißt für uns, dass wir Ihnen dabei helfen, wieder zurück in Ihren Alltag zu kommen. Denn das Leben geht weiter und hält noch viele schöne Herausforderungen für Sie bereit.

Mit intensiver Betreuung und nachhaltigem Training begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu einer neuen Leistungsfähigkeit. Wir unterstützen Sie darin, gesund, gestärkt und wieder mit neuer Lebensenergie in Ihren Tag zu starten. Denn an jedem neuen Tag kann Ihre Lebensqualität Schritt für Schritt verbessert werden.

Die **Behandlungszeit** nach einer Erkrankung wird in **vier Phasen** eingeteilt, die den Weg zur Gesundheit und zurück in den Alltag beschreiben:

1

### **Phase 1 Akutbehandlung**

Findet direkt nach einem Herzinfarkt oder Schlaganfall im Krankenhaus statt.

2

### **Phase 2 Anschlussheilbehandlung**

Ambulante Intensiv-Rehabilitation.

*Dauer: Sechs Wochen, dreimal wöchentlich, für je drei bis vier Stunden.*

Wir erstellen mit Ihnen einen genauen **Rehabilitationsplan**, der gemeinsam intensiviert wird und sofort in den Alltag integriert werden kann.

3

### **Phase 3 Langzeitrehabilitation**

Langfristige ambulante Rehabilitation.

*Dauer: Vier bis sechs Monate, zweimal wöchentlich, für je zwei Stunden.*

Diese Phase kann auch berufsbegleitend erfolgen. Wir steigern die Eigenverantwortlichkeit und optimieren das Programm, damit Entspannung und Leistungsstärkung gleichermaßen zu einem selbstverständlichen Teil des Alltags werden.

4

### **Phase 4 Lebenslange Prävention**

Lebenslange Vorsorge in Gruppentherapien oder in Eigenregie.

In dieser Phase wird der gesunde und bewusste Lebensstil, der in der Reha erarbeitet wurde, täglich weiter umgesetzt.

**Wir begleiten Sie dabei!**

# Wichtige Antworten in Bezug auf die kardiologische Rehabilitation.

## Welche Erkrankungen behandeln wir?

Es gibt viele unterschiedliche Herzerkrankungen. In der kardiologischen Reha behandeln wir folgende Krankheits- und Beschwerdebilder:



Zustand nach: Herzinfarkt, Bypass- oder Herzklappen-Operation, Herzkatheteruntersuchung mit und ohne Stentimplantation, Herzmuskelentzündung, Herzkranzgefäßerkrankung und Implantation eines Herzschrittmachers.

## Wie kommen Sie zu einem Reha-Platz?

Ihr behandelnder Arzt stellt einen Antrag auf ambulante kardiologische Rehabilitation. Damit können Sie die Anschlussbehandlung, Phase 2, beginnen.

Danach stellt Ihr Haus- oder Facharzt den Antrag zur weiterführenden Behandlung, Phase 3. Ihre Kranken- oder Pensionsversicherung trägt die vollen Kosten für diese beiden Reha-Phasen.

## Was ist alles Teil der Reha-Behandlung?

Zunächst erarbeiten wir ein auf Sie zugeschnittenes Paket an Trainings- und Therapieeinheiten. Dazu gehören aufklärende

Gespräche, mit denen Sie die Krankheit besser verstehen lernen. **Bewegungstherapie** und **Ernährungsberatung** sind Module, die jeden Tag auch außerhalb der Reha umgesetzt werden können. Außerdem sind **Stressberatung** und **Stressbehandlung** zentrale Inhalte des Reha-Programmes, genauso wie Partner-Notfall-Schulungen und Raucherentwöhnung.

## Welcher Nutzen entsteht durch das Reha-Programm für Sie?

Primäres Ziel der kardiologischen Reha ist es, Sie zurück in Ihren gewohnten Alltag zu begleiten.

Durch eine Herzerkrankung ändert sich vieles in Ihrem Leben. Genau darin bestehen aber auch große Chancen, Ihrem Alltag ungeahnte Qualität zu verleihen:

Selbstständigkeit bekommt eine ganz neue Bedeutung. Gesundheit und ein bewusster Lebensstil werden Teil des Daseins. Dabei geht es vor allem um eine bessere **Leistungsfähigkeit**, grundlegende **Entspannung**, gegebenenfalls auch **Gewichts- und Blutdrucknormalisierung** und die **Stärkung des Selbstvertrauens**.

## Was nun?

Wir stehen bei Fragen  
gerne zur Verfügung.

Die ersten und unmittelbarsten Fragen sind meistens die wichtigsten. Deshalb sollen Sie wissen, dass wir Ihnen **jederzeit zur Verfügung** stehen. In diesem Folder finden Sie viele **grundlegende Informationen** über die **ambulante kardiologische Rehabilitation**. Für Ihre darüber hinausgehenden Fragen kontaktieren Sie uns gerne persönlich.

Nehmen Sie diesen Folder mit oder stecken Sie die Visitenkarte ein, so haben Sie immer unsere Kontaktdaten zur Hand. **Ihre ganzheitliche Genesung ist unser Ziel!**

**Ambulante  
medizinische  
Rehabilitation**

Grenzweg 10  
6800 Feldkirch

T +43 (0) 5522 83331  
[info@medreha.at](mailto:info@medreha.at)  
[www.medreha.at](http://www.medreha.at)



**MedReha**